



Gemeinschaft der Fußballübungsleiter Kreis TBB

www.fussballtrainer-tbb.de
[GFÜ Facebook](#)

Hans Kastner
Rainholzweg 12
97922 Lauda-Kgh-Obb
09343/8777
0176/38067065
Mail: hkastner@gmx.de

OBB; 02.10.2015

Fussballtraining mit „Hirn“ – Der Kopf muss mitspielen!

Eine interessante Fortbildung der Trainergemeinschaft TBB gestaltete Damir Dugandzic, DFB-Stützpunktkoordinator für den BadFV. „Spiele werden im Kopf entschieden“, so lautete sein Anspruch an die Spieler des Stützpunktes Unterbalbach. Vor einer beachtlichen Trainerkulisse forderte er die jungen Talente durch Variationen seiner Aufgabenstellungen immer wieder aufs Neue. Das Fussballtraining sollte so komplex wie nur möglich sein. Im unteren Junioren- und Amateurbereich bleibt nicht viel Zeit für stereotype „Einseitigkeit“ (Runden laufen, stupides Torschusstraining,...). Eine Grundübungsform nur einzuschleifen darf nicht der Anspruch eines Fussballers sein. Die Eingangsübungsform des Passen verlangte nicht nur elementare Techniken (Passen und Ballan-/mitnahme), sondern sollte durch Positionswechsel bereits die Vororientierungsfähigkeit schulen. Schnelles und zielgerichtetes Erfassen der gestellten Aufgaben zeigten, wie aufmerksam der einzelne Spieler seine Spielumgebung wahrnehmen muss (Rundumblick). Ein „Eckchen“ (4 gegen2) im Training zu spielen ist nicht unbedingt ein „hoher“ Anspruch. Eine begrenzte Anzahl an Zuspielen und die Vorgabe in einen anderen „Raum“ zu wechseln, erhöht den Druck auf die Spieler, schon vorab Lösungen zu entwickeln (Art und Richtung eines Zuspiels). Damir Dugandzic gab die Aufgabenstellung kurz und präzise vor. Er coachte detailliert, wenn es nötig war und stellte bessere Lösungen vor. Seine Erläuterung in Kommunikation mit den Spielern und auch den anwesenden Trainern waren hieb und stichfest begründet. Nach einer abwechslungsreichen und „hintergründigen“ Trainingseinheit, präsentierte der Referent im Sportheim der DJK Unterbalbach seine konzeptionellen Denkansätze eines „Hirnorientierten“ Trainings. Mit Videosequenzen aus (inter-)nationalen Spielen hob er die Wichtigkeit des kognitiven Verarbeitens in Verbindung mit sich ändernder Wahrnehmung und Neuorientierung hervor. Das Ausblenden von störenden Ereignissen um den Spieler herum und das willentliche Lenken der Aufmerksamkeit führt zu einem erfolgreichen „Situativen Handeln“. Auch ein Cristiano Ronaldo ist nicht so einfach vom Himmel gefallen. Das „Können“ muss ständig trainiert und optimiert werden. Damir Dugandzic überzeugte die Teilnehmer durch sein profundes (Fach-)Wissen, seine schlüssigen Begründungen und rhetorische Unmissverständlichkeit. Wieder einmal ist es den Verantwortlichen der GFÜ TBB gelungen eine „klasse“ Fortbildung zu organisieren. Der Dank der GFÜ gilt auch der DJK Unterbalbach für die Bereitstellung des Platzes und des Sportheims.

Gemeinschaft der Fussballübungsleiter Kreis TBB



www.fussballtrainer-tbb.de

[GFÜ Facebook](#)

Hans Kastner
Rainholzweg 12
97922 Lauda-Kgh-Obb
09343/8777
0176/38067065

Mail: hakastner@gmx.de



GFÜ TBB